

Els Valkenburg-Walsteijn

Der Reiki- Ratgeber

REIKI IN FRAGE UND ANTWORT
Über 800 Praxistips für Anfänger und Profis



Inhalt

Vorwort	28
Was sind die Ziele dieses Buches?	30
Warum diese Ziele?	30

Teil I: Theorie

A. Was ist Energie?	32
1. Was ist Energie?	32
2. Was ist das universale Energiefeld?	32
3. Welche Bezeichnungen gibt es für die universale Energie?	32
4. Woher kommt die universale Energie?	32
5. Was ist ein Energiesystem?	32
6. Wie kann universale Energie sich fortbewegen?	33
7. Ist ein Energiesystem sichtbar?	33
8. Warum können wir diese Energie nicht sehen?	33
9. Wofür brauchen wir universale Energie?	33
10. Welches sind die Folgen eines nicht einwandfrei funktionierenden Energiesystems?	34
11. Was ist und was bewirkt ein Ungleichgewicht?	34
12. Was behindert unseren Kontakt mit dem universalen Energiefeld?	34
B. Was ist Reiki?	35
13. Was ist Reiki?	35
14. Was macht Reiki?	35
15. Wie wirkt Reiki?	35
16. Muss ich eine spezielle Gabe besitzen, um mit Reiki zu arbeiten?	35
17. Muss ich an Reiki glauben?	35
18. Kann Reiki spontane Heilung bewirken?	36
19. Ist Reiki an ein Mindest- oder Höchstalter gebunden?	36
20. Macht es Sinn, auch noch in fortgeschrittenem Alter einen Reiki-Kurs zu besuchen?	36
21. Kann jeder einen Reiki-Kurs belegen?	36
22. Ist Reiki dasselbe wie Akupunktur, nur ohne Nadeln?	36
23. Was ist der Unterschied zwischen Magnetisieren und Reiki?	37
24. Ist Reiki eine Form des Channels?	37
25. Was macht Reiki nun so anders, als andere Energie-Methoden?	37
Die Effekte	38
26. Was geschieht, wenn ich nach der Reiki-Methode Energie übertrage?	38
27. Wenn Energie der Zuwendung folgt, nehme ich dann nicht Einfluss auf das System eines anderen?	38
28. Kann ein Mensch sich selbst heilen?	39
29. Kann ich Reiki auch anwenden, wenn ich gesund bin?	39
30. Werde ich ruhiger durch Reiki?	39
31. Hat Reiki auch Einfluss auf genetische Anomalien oder angegriffene Organe?	39
32. Können chronisch Kranke von Reiki Verbesserungen erwarten?	40
33. Was kann Reiki bewirken, wenn ich unter starken Einschränkungen leide?	40
34. Wirkt Reiki auch auf anderen oder nur auf der körperlichen Ebene?	40
35. Macht Reiki einen anderen Menschen aus mir?	41

75.	Kann ich einen Kurs machen, wenn ich (hoch)schwanger bin?	53
76.	Stimmt es, dass man sich während eines Reiki-Kurses mit dem Alkoholgenuss zurückhalten sollte?	53
77.	Gibt es bestimmte Regeln, an die ich mich halten sollte?	53

D. Reiki-Kurse

78.	Wie viel Kurse gibt es im Reiki?	54
79.	Wie zeitaufwändig sind die Kurse?	54
80.	Was beinhaltet der 1. Grad?	54
81.	Was beinhaltet der 2. Grad?	54
82.	Was beinhaltet der 3. Grad A?	54
83.	Was beinhaltet der 3. Grad B?	54
84.	Wie viel Geld kosten Reiki-Kurse?	54
85.	Warum sind die Preisunterschiede so hoch?	55
86.	Hat die Höhe der Kursgebühr einen Einfluss auf die Energie?	55
87.	Wie viele Teilnehmer hat normalerweise ein Kurs?	55
88.	Wie sieht ein Kurs zum 1. Grad aus?	55
89.	Dauert ein Kurs zum 1. Grad immer zwei Tage?	55
90.	Wie halte ich zwei volle Tage durch?	56
91.	Kann der Kurs nicht in jeweils einen Teil pro Woche aufgeteilt werden?	56
92.	Kann der Kurs auch individuell erteilt werden?	56
93.	Bekomme ich Kursunterlagen?	56
94.	Bekomme ich ein Zertifikat?	56
95.	Muss ich einem Reiki-Verein oder -verband beitreten?	57
96.	Was, wenn ich keinen Weihrauch und/oder andere Düfte vertrage?	57
97.	Gibt es spezielle Reiki-Kurse für Kinder?	57
98.	Was ist die Reiki-Umarmung (Reiki hug)?	57

Über den Lehrer

99.	Wie finde ich einen Reiki-Lehrer?	58
100.	Ist ein Reiki-Lehrer/-dozent dasselbe wie ein Reiki-Meister/-master?	58
101.	Was kann ich von einem Lehrer erwarten?	58
102.	Wie weiß ich, dass ich es mit einem guten Lehrer zu tun habe?	59
103.	Muss der Lehrer einem Reiki-Verband angehören?	59
104.	Ist ein von einem Verband anerkannter Lehrer besser als ein freier?	59
105.	Was, wenn ich nicht mit meinem Lehrer zufrieden bin?	59
106.	Gibt es Lehrer, die Menschen missbrauchen?	59
107.	Muss ein Lehrer übersinnlich begabt sein?	60
108.	Muss ich alle Grade bei demselben Lehrer erreichen?	60
109.	Darf mein Lehrer mich zwingen, nicht zu einem anderen Lehrer zu wechseln?	60
110.	Muss ich meine Probleme während des Kurses mit meinem Lehrer besprechen?	60
111.	Wie gehe ich mit dem um, was mein Lehrer über mich sagt?	60
112.	Manche Kurse sind geradezu ein Drama. Ist Reiki doch eine Therapie?	60
113.	Ist ein Kurs ohne Gefühlsarbeit vollständig?	61
114.	Gibt es die Möglichkeit bei einem Lehrer weiter zu üben?	61

Die Behandlungen

115.	Was ist eine Gruppenbehandlung?	61
116.	Wie kommt es, dass es mir unangenehm ist, Fremde anzufassen?	61
117.	Muss ich mich auf eine Behandlungsliege legen, auch wenn ich das gar nicht will?	62

118.	Wie funktioniert eine Behandlung im Sitzen während eines Kurses?	62
119.	Was ist, wenn ich bestimmte Übungen nicht ausführen kann?	62
	Die Einstimmungen	62
120.	Was sind Einstimmungen?	62
121.	Was ist der Unterschied zwischen Einweihung, Initiation und Einstimmung?	63
122.	Warum sind die so genannten Einstimmungen nötig?	63
123.	Wie funktioniert eine Einstimmung?	63
124.	Welche Handlungen führt ein Lehrer an mir während einer Einstimmung durch?	63
125.	Warum muss ich während einer Einstimmung meine Augen geschlossen halten?	64
126.	Eigentlich habe ich ein wenig Angst davor. Wie soll ich damit umgehen?	64
127.	Ich finde so eine Einstimmung ziemlich nebulös. Was soll ich damit?	64
128.	Werden während der Einstimmungen emotionale Blockaden beseitigt?	64
129.	Was fühle ich bei einer Einstimmung?	65
130.	Muss ich bei einer Einstimmung mit Nebenwirkungen rechnen?	65
131.	Welche Nebenwirkungen sind möglich?	65
132.	Warum muss nach einer Einstimmung genug Wasser trinken?	66
133.	Kann von einem erfahrenen Reiki-Lehrer besser eingestimmt werden als von einem unerfahrenen?	66
134.	Wenn ein Lehrer selbst Probleme hat, bekomme ich dann weniger Energie ab?	66
135.	Können bei einer Einstimmung negative Energien übertragen werden?	66
136.	Erfährt mein Lehrer etwas über mich während einer Einstimmung?	67
137.	Kann eine Einstimmung misslingen?	67
138.	Kann eine Einstimmung ungeschehen gemacht werden?	67
139.	Wenn ich alle Einstimmungen zugleich bekomme, flippen dann meine Blockaden aus? ...	67
140.	Wenn ich nichts gespürt habe, werde ich dann die Einstimmung im 2. Grad spüren?	67
	E. Nach einem Reiki-Kurs	68
141.	Wo kann ich Reiki anwenden?	68
142.	Wie setze ich die Energie in Gang?	69
143.	Bin ich nach einem Reiki-Kurs ein Heiler?	69
144.	Ist der Reiki-Kanal bei jedem gleich ausgeprägt?	70
145.	Darf ich nach einem Kurs gleich andere behandeln?	70
146.	Muss ich jeden behandeln, wenn ich einen Kurs absolviert habe?	70
147.	Wie behandle ich jemanden, der nicht weiß, was Reiki ist?	70
148.	Was ist eine Reinigungsperiode?	70
149.	Ich bin nach einem Kurs immer so reizbar. Ist das normal?	71
150.	Wie kommt es, dass ich durch Reiki manchmal so leicht im Kopf werde?	71
151.	Stimmt es, dass nach einem Kurs meine Haustiere anders auf mich reagieren?	71
	Das Reiki-Gefühl	71
152.	Was fühle ich, wenn ich behandle?	71
153.	Was fühle ich, wenn ich behandelt werde?	72
154.	Fühlen der Behandelnde und der Behandelte während einer Behandlung dasselbe?	72
155.	Wie kommt es, dass ich die Energie zu Anfang sofort spürte und nun manchmal gar nicht mehr?	72
156.	Wie kommt es, dass mein Reiki-Gefühl nach ein paar Wochen verschwunden war?	72
157.	Kann ich eine Besserung erwarten, auch wenn ich nichts gespürt habe?	73
158.	Wie weiß ich, dass ich nicht zu viel Energie übertragen habe, wenn ich selbst	

nichts spüre?	73
159. Gesetzt den Fall, ich spüre nie etwas: Wie gehe ich damit um?	73
160. Wenn ich nichts fühle, bin ich dann falsch eingestimmt?	73
161. Wie kommt es, dass ich nicht so viel spüre?	74
162. Was kann ich tun, um mit meiner Gefühlswelt wieder zusammenzukommen?	74
163. Wenn ich emotional wieder auf der Höhe bin, habe ich dann auch intensivere Wahrnehmungen?	74
164. Gibt es eine Übung, um universale Energie fühlen zu lernen?	75
Verschiedenes	75
165. Warum nehme ich mir eigentlich nicht die Zeit für mich und Reiki?	75
166. Kann ich Energie übertragen, während ich fernsehe?	76
167. Kann ich zugleich massieren und Energie übertragen?	76
168. Kann ich eine Behandlung vornehmen, wenn ich Alkohol getrunken habe?	77
169. Spreche ich beim Reiki von Patienten oder Klienten?	77
170. Gibt es eine spezielle Reiki-Zeitschrift?	77
171. Darf ich für eine Reiki-Behandlung Geld fordern?	77
172. Werden Reiki-Behandlungen von den Krankenkassen bezahlt?	77
173. Kann ich schon eine Praxis eröffnen, wenn ich erst den 1. Grad habe?	77
174. Was muss ich bedenken, wenn ich eine Praxis eröffne?	78
F. Reiki und deine Familie und Freunde	79
175. Mein Partner will mit Reiki nichts zu tun haben, und jetzt?	79
176. Entwickeln mein Partner und ich uns deshalb nicht auseinander?	79
177. Wie kann ich jemanden von Reiki überzeugen?	79
178. Wie erzähle ich, was Reiki ist, ohne dass man mich auslacht?	80
179. Was, wenn ich eine bestimmte Person nicht behandeln will?	80
180. Kann ich Kinder mit Reiki behandeln?	80
181. Kann ich meine Großeltern mit Reiki behandeln?	80
G. Tiere, Pflanzen & Co.	81
182. Kann ich Tiere behandeln?	81
183. Kann ich Pflanzen, Blumen, Bäume, etc. Behandeln?	82
184. Ist es möglich, die Batterie meines Autos mit Reiki-Energie aufzuladen?	83
185. Kann ich meine Lebensmittel mit Reiki aufladen?	83
186. Kann ich Wasser mit Reiki reinigen?	83
187. Kann ich meine homöopathischen Medikamente behandeln?	83
188. Kann ich meine regulären Medikamente aufladen?	83
189. Ist Reiki mit der Nutzung von Edelsteinen kombinierbar?	84
H. Über Aura und Chakren	85
190. Was ist eine Aura?	85
191. Wofür stehen die verschiedenen Schichten einer Aura?	85
192. Werde ich nach einem Reiki-Kurs auch Auren sehen können?	85
193. Wie kann man eine Aura sichtbar machen?	86
194. Kann ich mit Reiki auch Auren behandeln?	86
195. Wo finde ich weitere Informationen über die Aura?	86

196. Was sind Chakren?	86
197. Woher stammt das System der Chakren?	86
198. Werde ich nach einem Reiki-Kurs Chakren sehen können?	86
199. Wie viele Chakren haben wir?	87
200. Wo befinden sich die Chakren?	87
201. Haben die Chakren jeweils eine eigene Farbe?	87
202. Was bedeuten die einzelnen Chakren?	88
203. In welcher Verbindung stehen die Chakren mit meinem Körper?	88
204. Werden Chakren auch mit Reiki behandelt?	89
205. Was meint mein Therapeut, wenn er sagt, ich hätte ein blockiertes Herzchakra?	89
206. Wie kann ich ein blockiertes Herzchakra wieder frei machen?	89
207. Wo finde ich weitere Informationen über die Chakren?	90

I. Die Blockaden 91

208. Was ist eine Blockade?	91
209. Wie entstehen Blockaden?	91
210. Welches sind die Folgen von Blockaden?	91
211. Wie beseitige ich Blockaden?	91
212. Kann ich eine Blockade im Verlauf einer Behandlung beseitigen?	92
213. Woher weiß ich, wo meine Blockaden sitzen?	92
214. Woran merke ich, dass meine Blockaden aufgelöst sind?	92
215. Kann die Verbindung zum Energiefeld wieder blockiert werden?	93
216. Wenn zu viele Blockaden vorhanden sind, kann ich dann trotzdem Energie übertragen? ..	93
217. Müssen meine eigenen Blockaden erst beseitigt sein, bevor ich anderen helfe?	93
218. Kann Reiki alte Traumata beseitigen??	93

J. Vorbehaltlosigkeit 94

219. Was ist Vorbehaltlosigkeit?	94
220. Wie behandle ich vorbehaltlos?	94
221. Wann behandle ich nicht vorbehaltlos?	94
222. Warum ist Vorbehaltlosigkeit während einer Sitzung so wichtig?	95
223. Welches sind nicht sofort sichtbare Effekte einer Behandlung?	95
224. Bedeutet vorbehaltlos, dass ich selbst während einer Behandlung ‚leer‘ sein muss?	95

K. Reiki 1. Grad auf Entfernung 96

225. Kann ich auch mit dem 1. Grad auf Entfernung arbeiten?	96
226. Ich habe während der Ausbildung zum 1. Grad keine Entfernungsbehandlung gelernt. Ist das korrekt?	96
227. Mein Lehrer meint, man könne mit dem 1. Grad keine Entfernungsbehandlung durchführen.	96
228. Kann ich jeden auf Entfernung behandeln?	97

L. Spiritualität und Meditation 98

229. Was ist Spiritualität?	98
230. Welchen Sinn hat spirituelle Entwicklung?	98
231. Entwickelt Reiki die Spiritualität?	98
232. Wie entwickle ich meine Spiritualität?	98

233. Was ist meditieren?	99
234. Für wen eignet sich Meditation?	99
235. Ist meditieren wirklich sinnvoll?	99
236. Gibt es einen Unterschied zwischen meditieren und beten?	100
237. Passen Reiki und Meditation zusammen?	100
238. Wie kann ich mit Reiki meditieren?	100

M. Historie 102

239. Woher stammt Reiki?	102
240. Wie sehen die japanischen Kanji-Zeichen für Reiki aus?	102
241. Wie lauten die japanischen Bezeichnungen für die verschiedenen Grade?	102
242. Wie verhält es sich mit der Geschichte des Reiki?	102
243. Warum gibt es verschiedene Versionen der Reiki-Geschichte?	103
244. Arbeiten die Japaner selbst heute auch noch mit Reiki?	103
245. Ist Reiki weltweit verbreitet?	104
246. Wie sieht der Stammbau des Reiki vom Usui-System bis heute aus?	104
247. Gibt es ein Oberhaupt an der Spitze der gesamten Reiki-Bewegung?	104
248. Kann ich meinen Lehrer nach seinem ‚Reiki-Stammbaum‘ fragen?	104
249. Wie lauten die Reiki-Prinzipien?	104
250. Wie kann ich die Reiki-Prinzipien in meinem Leben anwenden?	105

N. Die Systeme & Vereinigungen 106

251. Was ist das Usui-System?	106
252. Welche Reiki-Systeme gibt es?	106
253. Was ist der Unterschied zwischen dem westlichen und dem japanischen System?	108
254. Wie sind die unterschiedlichen Systeme entstanden?	108
255. Ist es wichtig, für welches System ich mich entscheide?	108
256. Kann ich von einem System in ein anderes wechseln?	108
257. Kann ich alle Grade innerhalb eines Wochenendes erreichen?	109
258. Ist Reiki eine Sekte?	109
259. Welche Reiki-Vereinigungen gibt es?	109
260. Muss ich Mitglied einer Reiki-Vereinigung werden?	110
261. Werde ich irgendwo registriert, wenn ich einen Reiki-Kurs belegt habe?	110
262. Mein Teilnehmer-Zeugnis sieht ganz anders aus als das meines Freundes. Wie kann das sein?	110

Gemeinsamkeiten bei allen Unterschieden 110

263. Gibt es Neid und Missgunst zwischen den unterschiedlichen Systemen?	110
264. Wie steht die Schulmedizin zu Reiki?	111

O. Reiki und die Esoterik 112

265. Was sind übersinnliche Fähigkeiten?	112
266. Werde ich von Reiki paranormal?	112
267. Was soll ich tun, wenn ich bestimmte Signale empfangen?	112
268. Was sind Schutzgeister?	112
269. Komme ich durch Reiki in Kontakt mit meinen Schutzgeistern?	112
270. Wenn ich keinen Schutzgeist habe, kann ich dann trotzdem mit Reiki arbeiten?	113
271. Wird in einem Reiki-Kurs das Thema Schutzgeister behandelt?	113

272. Welche alternativen Methoden gibt es, um Blockaden aufzuspüren?	114
273. Kann es übel enden, wenn ich verschiedene Wege gleichzeitig gehe?	115
274. Was sind Orakelsysteme?	115
275. Was ist Pendeln?	115
276. Kann ich durch Pendeln energetische Blockaden aufspüren?	116
277. Wie unterscheide ich Spreu und Weizen in der Esoterik?	116
278. Kann ein Guru hilfreich sein?	117
279. Was ist ein Medium?	117
280. Was ist ein Paragnost?	117
281. Wie zuverlässig ist ein Medium oder ein Hellseher?	117
282. Kann ich mir die Zukunft vorhersagen lassen?	117

Teil I: Praxis

A. Bevor du beginnst...	120
283. Wie bereite ich mich auf eine Behandlung vor?	120
284. Ich habe keine Behandlungsliege. Was nun?	120
285. Ich habe kein separates Behandlungszimmer. Ist das ein Problem?	120
286. Warum muss ich meine Hände vor einer Behandlung waschen?	121
287. Ist es besser, die Hände erst anzuwärmen?	121
288. Warum ist es besser, vor einer Behandlung kein Parfüm aufzulegen?	121
289. Warum ist es empfehlenswert, vor einer Behandlung nicht zu rauchen?	121
290. Muss ich vor einer Behandlung das Zimmer mit Weihrauch reinigen?	121
291. Warum ist es sinnvoll, eine Decke bereit zu halten?	122
292. Ist es besser, die Armbanduhr und Schmuck abzulegen?	122
293. Ist es besser, in Stille zu behandeln?	122
294. Welche Musik eignet sich am besten als Hintergrundmusik?	122
295. Warum muss ich das Telefon abschalten?	123
296. Kann ich auch beim Fernsehen behandeln?	123
297. Muss ich mich zuvor über eventuell bestehende Beschwerden der Person informieren? ..	123
298. Was tue ich, wenn jemand mit speziellen Beschwerden zu mir kommt?	123

B. Fragen zur Behandlung selbst	124
Handhabung der Positionen	124
299. Woher weiß ich, wo die unterschiedlichen Organe liegen?	124
300. Wo muss ich mit der Behandlung beginnen?	124
301. Wie lange dauert eine Behandlung?	124
302. Wie oft muss ich eine Behandlung wiederholen?	125
303. Muss ich jedes Mal eine Komplettbehandlung geben?	125
304. Hat die Behandlung auch eine Wirkung, wenn es keine Komplettbehandlung war?	125
305. Muss ich bei der Behandlung eine bestimmte Reihenfolge der Positionen einhalten?	125
306. Wie lange muss ich meine Hände auf eine bestimmte Stelle legen?	125
307. Darf ich auch kürzer behandeln als drei Minuten pro Stelle?	125
308. Wenn ich etwas spüre, muss ich dann meine Hände länger auf der betreffenden Stelle liegen lassen?	125
309. Ich kann nicht alle Positionen gleich lange durchhalten. Ist das schlimm?	126
310. Manche Positionen finde ich beschwerlich auszuführen. Geht das nicht auch anders? ..	126
311. Muss ich erst alle Chakren und dann erst eine schmerzende Stelle behandeln?	126
312. Kann ich auch nur eine Stelle ausführlich behandeln?	126
313. Kann ich auch nur einen Fuß behandeln oder muss ich immer beide Füße behandeln? ..	126

314. Was ist die ‚Energie-Bürste‘?	126
Allgemeine Fragen aus Sicht des Reiki-Behandlers	127
315. Darf ich mich weigern, jemanden zu behandeln?	127
316. Was ist, wenn jemand nicht von mir behandelt werden möchte?	127
317. Was kostet eine Behandlung in einer Reiki-Praxis?	127
318. Warum ist es nötig, nach einer Behandlung Wasser zu trinken?	127
319. Muss ich immer mit beiden Händen behandeln?	127
320. Gibt es einen Unterschied zwischen meiner linken und meiner rechten Hand?	127
321. Kann ich mit zwei Händen übereinander arbeiten?	127
322. Ist es besser, während der Behandlung ‚leer‘ zu sein?	128
323. Fließt die Energie besser, wenn ich mich gut konzentriere?	128
324. Was ist das Unterschied zwischen konzentrieren und fokussieren?	128
325. Darf ich auch behandeln, wenn ich mich selbst nicht ganz wohl fühle?	128
326. Kann ich einen anderen behandeln, wenn ich krank bin?	128
327. Muss ich beim Behandeln stehen?	128
328. Was kann ich gegen schwere Arme während einer Behandlung im Sitzen tun?	128
329. Darf ich mich mit meinen Armen auf dem Behandelten abstützen?	129
330. Was tue ich, wenn ich selbst Probleme mit den Muskeln bekomme?	129
331. Warum dürfen die Beine nicht gekreuzt sein?	129
332. Wie kommt es, dass ich manchmal ganz leicht im Kopf werde?	129
333. Warum muss ich während einer Behandlung mit beiden Beinen auf der Erde stehen?	129
334. Was tue ich, wenn dem Behandelten während einer Behandlung schwindelig wird?	129
335. Warum ist es besser, mit geschlossenen Fingern zu behandeln?	130
336. Was tue ich gegen zitternde Hände während einer Behandlung?	130
337. Manchmal habe ich bei einer Behandlung einen Schweißausbruch und ich geniere mich dann wegen meiner feuchten Hände.	130
338. Muss ich während einer Behandlung durchgehend Körperkontakt halten?	130
339. Was, wenn jemand nicht angefasst werden möchte?	130
340. Was, wenn jemand nur den Rücken behandelt haben will?	130
341. Was mache ich, wenn ich mich scheue, jemanden anzufassen?	130
342. Können Schmerzen sich durch eine Reiki-Behandlung verschlimmern?	131
343. Kann ich jemandes Schmerzen auf mich übertragen?	131
344. Kann ich negative Energie übernehmen?	131
345. Wie gehe ich mit den Krisen anderer um?	132
346. Was tue ich, wenn der Behandelte während der Behandlung anfängt zu erzählen?	132
347. Was tue ich, wenn jemand während der Behandlung anfängt zu weinen?	132
348. Wie finde ich heraus, dass Beschwerden psychische Ursachen haben?	132
349. Wie kommt es, dass ich bei manchen Menschen Energie verliere?	133
350. Was kann ich gegen Energieverlust tun?	133
351. Ist es gut, jemanden kurz vor einem Krankenhausaufenthalt zu behandeln?	134
352. Darf ich auch jemanden im Krankenhaus behandeln?	134
353. Ich arbeite in einem Pflegeheim. Darf ich die Bewohner einfach behandeln?	134
354. Kann ich auch älteren Demenzkranken Energie geben?	134
355. Kann ich auch Koma-Patienten Energie geben?	134
Allgemeine Fragen aus Sicht des Behandelten	135
356. Wie weiß ich, dass ich auf die richtige Weise behandelt werde?	135
357. Kann der Behandelnde negative Energie auf mich übertragen?	135
358. Ich fühle mich auf einer Behandlungsliege wie auf einem Präsentierteller. Wie gehe ich damit um?	135

359. Manchmal bekomme ich auf einer Behandlungsliege Beklemmungen.
Wie gehe ich damit um? 135

360. Wenn mein Hals behandelt wird, habe ich das Gefühl, ersticken zu müssen.
Was bedeutet das? 136

361. Den Druck auf meinen Kopf empfinde ich als sehr unangenehm. Woran liegt das? 136

362. Warum kitzelt es ab und zu derartig? 136

363. Ist das Anfassen wirklich nötig? 136

364. Ist mein Behandelnder auch kräftig genug? 136

365. Wenn ich etwas als nicht angenehm empfinde, muss ich das trotzdem hinnehmen? 136

366. Bin ich blockiert, wenn ich nichts spüre? 136

367. Muss ich mich nackt ausziehen? 137

368. Wie verhält es sich mit Brust, Gesäß und Geschlechtsteilen? 137

369. Ich mag diese esoterische Musik nicht. Kann ich auch um absolute Stille bitten? 137

370. Ich habe für all das keine Ruhe. Was dann? 137

371. Arbeitet ein Reiki-Meister mit den Geistern Verstorbener? 137

372. Muss ich meine Kontaktlinsen vor der Behandlung herausnehmen? 137

C. Wahrnehmungen während einer Behandlung 138

373. Was bedeutet es, wenn ich während einer Behandlung etwas spüre? 138

374. Wie lasse ich jemanden Energie fühlen? 138

375. Wie kann ich fühlen, wo jemand blockiert ist? 138

376. Wenn ich Kälte spüre, ist dann dort eine Blockade? 138

377. Wie kommt es, dass ich manchmal mehr spüre, wenn ich andere Menschen behandle? .. 138

378. Manchmal habe ich das Gefühl, dass ich nicht durch dringe. Was tue ich dagegen? 138

379. Kann ich jemandes Schmerzen spüren? 139

380. Was mache ich, wenn meine Hände zu schmerzen beginnen? 139

D. Besondere Warnungen 140

381. Wie verhält es sich mit den Wechselwirkungen von Arzneimitteln und Reiki? 140

382. Ist es möglich, dass jemand weniger Medikamente benötigt, wenn ich ihn häufig
mit Reiki behandle? 140

383. Darf ich jemanden behandeln, der gerade in ärztlicher Behandlung ist? 140

384. Darf ich Transplantierte behandeln? 140

385. Darf ich Menschen mit medizinischen Implantaten behandeln? 141

386. Darf ich Menschen mit einer Autoimmunkrankheit behandeln? 141

387. Hilft Reiki bei Knochenbrüchen? 141

388. Was tue ich bei einem Herzinfarkt? 141

389. Darf ich jemanden mit einem Herzschrittmacher behandeln? 142

390. Darf ich jemanden mit Blinddarmentzündung behandeln? 142

391. Ein Diabetiker möchte behandelt werden. Geht das? 142

392. Kann ich jemanden in Narkose behandeln? 142

393. Kann ich jemanden behandeln, der in psychiatrischer Behandlung ist? 142

394. Kann ich jemanden behandeln, der an Krebs leidet? 143

395. Darf ich während einer Chemotherapie behandeln? 143

396. Darf ich die Hände direkt auf einen Tumor legen? 143

397. Darf ich nach der Entfernung eines Tumors behandeln? 143

398. Wenn jemand den Kampf mit dem Krebs verloren hat, was kann Reiki dann
noch ausrichten? 143

E. Und nun an die Arbeit!	144
Die Behandlung im Liegen	144
399. Wie behandle ich die Vorderseite des Behandelten?	145
400. Wie streiche ich die Aura an der Vorderseite aus?	152
401. Wie behandle ich den Rücken des Behandelten?	152
402. Wie harmonisiere ich die Chakren auf dem Rücken?	155
403. Wie streiche ich die Aura auf der Rückseite aus?	155
404. Wie schließe ich eine Behandlung ab?	156
405. Braucht der Behandelte nach der Behandlung noch Zeit, zu sich zu kommen?	156
406. Wie behandle ich intuitiv?	156
Die Behandlung im Sitzen	157
407. Wie behandle ich im Sitzen?	157
Die Chakra-Behandlung (Reiki-Instantbehandlung)	158
408. Wie mache ich eine Chakra-Behandlung im Sitzen?	158
409. Woher weiß ich, wo die Chakren genau liegen?	159
410. Muss ich erst etwas über die verschiedenen Chakren wissen, bevor ich sie behandeln kann?	160
411. Muss ich alle Chakren berühren?	160
412. Warum sollte ich das 7. Chakra nicht behandeln?	160
413. Muss ich immer alle sieben Chakren behandeln?	160
Die Eigenbehandlung	160
414. Wie behandle ich mich selbst?	160
415. Wie behandle ich meine eigenen Chakren?	165
416. Wie lade ich mich selbst auf?	166
417. Wie kann ich einfacher einschlafen?	166
418. Ich schlafe immer ein, wenn ich mich selbst behandle. Ist das schlimm?	167
419. Ich bekomme Herzklopfen, wenn ich mein Herzchakra behandle. Was kann ich da tun? ..	167
420. Wie verwende ich Reiki als Anti-Stressmittel?	167
421. Wie kann ich mit Reiki liebevoller werden?	167
422. Ich bekomme Probleme mit meinen Muskeln, wenn ich mich selbst behandle. Was kann ich tun?	167
423. Wie reinige ich meine Aura?	167
424. Wie verschließe ich meine Aura?	168
Die Entfernungsbildung	168
425. Wie behandle ich jemanden auf Entfernung?	168
426. Darf ich jemanden ungefragt auf Entfernung behandeln?	169
427. Wie behandle ich Tiere auf Entfernung?	169
428. Wie behandle ich Situationen auf Entfernung?	169
 F. Wie behandle ich bestimmte Fälle	 170
KÖRPERLICH	170
429. Aids	170
430. Allgemeine Stärkung	170
431. Aufladepunkt	171
432. Autoimmunkrankheiten	171
433. Blinddarmentzündung	171

434. Brandwunden	171
435. CFS (chronisches Erschöpfungssyndrom) & Fibromyalgie	171
436. Diabetes	171
437. Durchblutung	171
438. Durchfall	171
439. Entspannungspunkt	172
440. Entzündungen allgemein	172
441. Erkältung	172
442. Fibromyalgie	172
443. Gespendetes Organ	172
444. Gicht	172
445. Grippe	172
446. Halsschmerzen	172
447. Herzbeschwerden	173
448. Husten	173
449. Hyperventilation	173
450. Kalte Füße	173
451. Knochenbrüche	173
452. Kopfschmerzen	173
453. Krämpfe	173
454. Krebs	174
455. Lungenprobleme	174
456. Mausarm / RSI	174
457. MCS (Multiple Chemical Sensitivity)	174
458. Medikamentengebrauch	174
459. Menstruationsbeschwerden	174
460. Müdigkeit	174
461. Narkose	174
462. Nebenhöhlenentzündungen	175
463. Phantomschmerzen	175
464. Psychiatrische Probleme	175
465. Rheuma	175
466. Rückenbeschwerden	175
467. Schlaflosigkeit	175
468. Schlaganfall	175
469. Schleimbeutelentzündung	175
470. Schmerzen	176
471. Schwellungen	176
472. Schwindel	176
473. Stärkung des Immunsystems	176
474. Steifer Nacken	176
475. Tennisarm	176
476. Übelkeit	176
477. Unfall	177
478. Verschleiß	177
479. Verstopfung	177
480. Wespenstiche, etc.	177
481. Wirbelsäule	177
482. Wunden	177

Schwangerschaft	177
483. Kann ich eine schwangere Frau behandeln?	177
484. Ist Reiki bei Schwangerschaft und Niederkunft zu empfehlen?	177
485. Hilft Reiki, schwanger zu?	178
486. Kann ich durch Reiki eine Fehlgeburt bekommen?	178
Kinder	178
487. Kann ich Babys behandeln?	178
488. Wie bringe ich mein Kind zum Schlafen?	178
489. Hilft Reiki bei Bauchweh?	178
Sterben	179
490. Was tue ich, wenn jemand im Sterben liegt?	179
491. Wie gebe ich Reiki bei der Sterbebegleitung?	179
GEISTIG / SEELISCH	179
492. Ist Reiki für Menschen geeignet, die depressiv sind?	179
493. Wie behandle ich Stress und Anspannungen?	179
494. Wie behandle ich Angst?	179
495. Hilft Reiki bei einem Burn-Out-Syndrom?	180
Weitere Informationen über spezielle Positionen gefällig?	180
496. Wo finde ich mehr Informationen über die Behandlung bestimmter Beschwerden?	180
G. Das Erden	181
497. Was ist Erden?	181
498. Warum ist es gut, mich zu erden?	181
499. Wann habe ich keine gute Erdung?	181
500. Welches sind die Vorteile einer guten Erdung?	181
501. Was sind die Vorteile 'abzuheben'?	182
502. Kann ich behandeln, ohne mich selbst zu erden?	182
503. Manchmal bekomme ich beim Behandeln Hitzewallungen. Ist das normal?	183
504. Mir wird beim Behandeln schwindelig. Wie kommt das?	183
505. Wie kann ich mich am besten erden?	183
H. Keine Ergebnisse	185
506. Wie weiß ich, ob die Behandlung geholfen hat?	185
507. Meine Behandlung hatte kein Ergebnis. Habe ich etwas falsch gemacht?	185
508. Wann kann ich Ergebnisse erwarten?	185
509. Nach einer Reiki-Behandlung war ich eher müde als voller Energie. Wie kann das sein? ..	185
510. Mein Partner fühlt nie etwas, wenn ich ihn behandle. Wie gehe ich damit um?	186
511. Ich fühle keine Energie mehr strömen. Ist mein Kanal noch offen?	186
512. Kann ich Beschwerden auch schon nur durch Entspannung lindern?	186

Teil II: 2.Grad

A. 2. Grad 188

513. Was beinhaltet der 2. Grad? 188

514. Wie viel Zeit muss zwischen dem 1. und dem 2. Grad vergangen sein? 188

515. Beinhaltet der 2. Grad auch wieder eine Reinigungsphase? 188

516. Ich habe noch nicht mit dem 1. Grad gearbeitet. Kann ich trotzdem schon weitermachen? 188

517. Muss ich den 1. Grad wiederholen, wenn ich den 2. Grad bei einem anderen Lehrer machen möchte? 188

518. Kann ich zum nächsten Grad wechseln, wenn ich noch nie Energie gefühlt habe? 189

519. Hebe ich nun ab? 189

B. Der Unterschied zum 1. Grad 190

520. Erhalte ich jetzt stärkere Energie? 190

521. Können die Behandlungen mit dem 2. Grad kürzer dauern? 190

522. Werde ich die Energie jetzt besser spüren? 190

523. Kann ich besser auf Entfernung arbeiten als bisher? 190

524. Entwickle ich jetzt meine Intuition stärker? 190

525. Werde ich mit den Techniken des 2. Grades paranormal? 191

526. Kann ich jetzt andere Blockaden beseitigen? 191

C. Der Reiki-Kurs für den 2. Grad 192

527. Was geschieht während eines Reiki-Kurses für den 2. Grad? 192

528. Ist ein Reiki-Kurs zum 2. Grad sehr Gefühlsbeladen, weil er auf die emotionale Ebene abzielt? 192

529. Erhalte ich wieder vier Einstimmungen? 192

530. Was geschieht während der Einstimmung? 192

531. Wenn ich nach dem 2. Grad immer noch nichts spüre, bin ich dann richtig eingestimmt? 193

532. Darf ich die Symbole mit nach Hause nehmen? 193

533. Erhalte ich Arbeitsunterlagen? 193

534. Wird während des Kurses die Behandlung auf Entfernung geübt? 193

D. Die Reiki-Symbole 194

535. Was ist ein Symbol? 194

536. Was ist ein Mantra? 194

537. Was sind Reiki-Symbole? 194

538. Wie wirken die Reiki-Symbole? 194

539. Lernt jeder die gleichen Symbole? 194

540. Sind die Symbole geheim? 195

541. Warum sind die Symbole nicht in diesem Buch abgebildet? 195

542. Sind die ursprünglichen Symbole von Usui bekannt? 195

543. Welche Symbole und Mantras lerne ich im 2. Grad? 195

544. Was bedeuten die Symbole und die zugehörigen Mantras? 196

545. Wann verwendet man welches Symbol? 197

546. Wie verwende ich die Symbole? 197

547. Muss ich die Mantras laut aussprechen? 198

548. Wie kann ich die Mantras schnellstmöglich auswendig lernen? 198

549. Wenn ich die Mantras bzw. Symbole falsch zeichne, wirken sie dann negativ?	198
550. Wenn ich das Mantra dazu vergesse, wirkt das Symbol dann trotzdem?	198
551. Ist die Arbeit mit den Symbolen nicht eine Art Zauberei?	198
552. Wie ist es möglich, dass schon etwas geschieht, wenn ich ein Symbol nur aufzeichne? . .	199
553. Zeichne ich das CKR-Symbol im Uhrzeigersinn oder gegen den Uhrzeigersinn?	199
554. Kann ich die Symbole auch verwenden, wenn ich nicht eingestimmt bin?	199
555. Wirken die Symbole auch, wenn ich sie meinem Freund gebe?	200
556. Die Symbole auf Papier aufgezeichnet aufzubewahren, könne ein ‚energetisches Leck‘ verursachen. Stimmt das?	200
557. Kann ich die Symbole wie ein Bild an die Wand hängen?	200

E. Wie arbeite ich mit den Symbolen 201

558. Wann wende ich die Symbole an?	201
559. Wie ist die Reihenfolge der Symbole?	201
560. Kann ich das SHK mit dem CKR verstärken?	201
561. Kann ich die Symbole jederzeit auf alles anwenden?	201
562. Muss ich immer alle Symbole anwenden?	201
563. Kann ich die Symbole auch ganz weglassen?	201
564. Was, wenn jemand sehr empfindlich auf eine Behandlung 2. Grades reagiert?	201
565. Wie nutze ich die Symbole bei einer Behandlung im Liegen und wie bei einer Behandlung im Sitzen?	202
566. Wie häufig muss ich die Symbole in einer Behandlung wiederholen?	202
567. Kann ich die Symbole zu häufig anwenden?	202
568. Wirkt das Symbol auch, wenn ich bei der Anwendung nichts spüre?	202
569. Muss ich nun intuitiv behandeln?	203
570. Kann ich mit den Symbolen manipulieren?	203
571. Kann ich die Symbole negativ gebrauchen?	203
572. Helfen die Symbole des 2. Grades auch gegen Sucht?	204
573. Helfen die Symbole auch gegen meine Depressionen?	204
574. Kann ich die Symbole des 2. Grades als eine Art Therapie betrachten?	204
575. Welche zusätzlichen Einsatzmöglichkeiten haben die Symbole?	204

F. Die Behandlung auf Entfernung 205

Allgemein 205

576. Wie wirkt Energie auf Entfernung?	205
577. Wie schicke ich Energie auf Entfernung?	205
578. Wen oder was kann ich behandeln?	206
579. Sind dazu besondere Vorbereitungen nötig?	206
580. Muss ich dazu eine spezielle Körperhaltung einnehmen?	206
581. Wenn ich auf Entfernung Energie schicke, darf ich dann mit meinen Gedanken abschweifen?	206
582. Kann ich die komplette Behandlung auf Entfernung auch allein in Gedanken vollziehen? . . .	207
583. Welche Intention ist beim Behandeln die beste?	207

Sonstiges 207

584. Wie behandle ich jemanden auf Entfernung mit den Techniken des 2. Grades?	207
585. Wie kann ich während einer Behandlung auf Entfernung am besten fokussieren?	207
586. Wie viel Zeit muss ich mir dafür nehmen?	208
587. Muss ich ganz von vorne beginnen, wenn ich 20 Minuten nicht durchhalte?	208

588. Wo überall kann ich die Entfernungsbearbeitung anwenden?	208
589. Wie frage ich um Erlaubnis, wenn ich jemanden auf Entfernung behandeln möchte? . . .	209
590. Darf ich jemandem ungefragt auf Entfernung universale Energie schicken?	209
591. Wem darf ich ungefragt Energie auf Entfernung schicken?	210
592. Was mache ich, wenn ich nicht um Erlaubnis bitten kann, aber trotzdem Energie schicken möchte?	210
593. Macht es überhaupt einen Unterschied, ob man direkt auf dem Körper oder auf Entfernung behandelt?	210
594. Kann ich Befindlichkeiten eines anderen spüren, wenn ich universale Energie übertrage?	211
595. Kann jemand es spüren, wenn ich ihn auf Entfernung behandle?	211
596. Spürt der Behandelte auch etwas, wenn er gar nicht weiß, dass er behandelt wird?	211
597. Kann ich auch mehrere Menschen zugleich behandeln?	211
598. Meine Mutter hält Reiki für kompletten Unsinn. Kann ich sie trotzdem auf Entfernung behandeln?	211
599. Kann ich universale Energie über das Telefon verschicken?	211
600. Kann ich jemanden in einer bestimmten Funktion, einen Arzt etwa, auf Entfernung behandeln?	212
601. Kann ich jemandem Energie schicken, der schon gestorben ist?	212
Ich selbst	212
602. Wie behandle ich mich selbst auf Entfernung?	212
603. Warum sollte ich mich selbst auf Entfernung behandeln?	213
604. Kann ich mir heute schon für morgen universale Energie schicken?	213
Situationen	213
605. Was bewirkt eine Entfernungsbearbeitung in persönlichen Situationen?	213
606. Kann ich auch eine Gegebenheit, die zu mir selbst keinen Bezug hat, mit Energie versorgen?	214
607. Wie behandle ich eine Situation auf Entfernung?	214
608. Hilft eine Entfernungsbearbeitung während eines Streits?	215
609. Kann ich aus dem Auto universale Energie in eine Situation lenken?	215
610. Kann ich universale Energie auch zu den Ursachen eines Problems schicken?	215
611. Wie kann ich mit Hilfe von Reiki Dinge aus der Vergangenheit vergeben und vergessen lernen?	215
612. Kann ich die Zukunft beeinflussen?	216
613. Kann ich Energie in mehrere Situationen zugleich lenken?	216
614. Helfen Entfernungsbearbeitungen auch bei einer Prüfung?	217
615. Hilft Reiki bei Vorstellungsgesprächen?	217
616. Kann ich während eines Gesprächs jemand anderen mit universaler Energie versorgen?	217
617. Kann ich einer Konferenz auf Entfernung Energie schicken?	217
618. Kann ich einen Unfall auf Entfernung behandeln?	217
619. Kann ich Energie für die Heilung der Erde senden?	217
620. Kann ich universale Energie in den Weltfrieden lenken?	218
621. Kann ich auch Gruppen von Menschen, etwa solchen die Hunger leiden, Energie schicken?	218
622. Kann ich Energie zu einem Unfallgeschehen schicken?	218
623. Kann ich Energie in eine Kriegssituation schicken?	218
624. Kann ich Reiki in einer bedrohlichen Situation anwenden?	218
625. Wie kann ich die Techniken auf Reisen nutzen?	219

626. Darf ich Energie (auf Entfernung) in eine Operation schicken?	219
627. Hilft die Entfernungsbehandlung nun wirklich?	219

G. Zusätzliche Möglichkeiten	220
Die Mentale Behandlung	220
628. Was ist eine mentale Behandlung?	220
629. Wie gebe ich eine mentale Behandlung?	220
630. Wann wende ich die mentale Behandlung an?	220
631. Wie wirkt eine mentale Behandlung?	220
632. Was sind negative bzw. positive Denkmuster?	221
633. Wie wirkt eine mentale Behandlung auf negative Denkmuster?	222
Affirmationen/Visualisierungen	222
634. Was sind Affirmationen?	222
635. Was sind Visualisierungen?	222
636. Wie kann ich Affirmationen anwenden?	223
637. Muss ich eine Affirmation immer zusammen mit einer Visualisierung anwenden?	223
638. Wie kombiniere ich die mentale Behandlung mit Affirmationen/Visualisierungen?	224
639. Was, wenn eine Affirmation oder eine Visualisierung nicht funktionieren?	224
640. Helfen Affirmationen und Visualisierungen bei Krankheit?	224
Räume reinigen	225
641. Kann ich mit Hilfe der Symbole Räume reinigen?	225
642. Wie reinige ich mit Hilfe der Symbole einen Raum?	225
643. Kann ich Gegenstände mit Hilfe der Symbole reinigen?	226
644. Wie kann ich mich selbst mit Hilfe der Symbole energetisch schützen?	226
645. Was ist die Reiki-Dusche?	226
Erden	226
646. Kann ich mit dem 2. Grad besser erden?	226
647. Wie kann ich mit den Techniken des 2. Grades erden?	226
Meditieren	227
648. Kann ich mit den Techniken des 2. Grades meditieren?	227
649. Wie kann ich mit den Techniken meditieren?	227
650. Wofür ist Meditation gut?	228
651. Kann ich auch allein auf die Mantras der Symbole meditieren?	228

Teil III: 3. Grad

A. 3. Grad	230
652. Was beinhaltet der 3. Grad?	230
653. Wie viel Zeit sollte zwischen dem 2. und dem 3. Grad vergangen sein?	230
654. Beinhaltet der 3. Grad auch wieder eine Reinigungsperiode?	230
655. Ich habe noch nicht mit dem 2. Grad gearbeitet. Kann ich trotzdem zum 3. Grad überwechseln?	230
656. Muss ich alle Grade wiederholen, wenn ich den 3. Grad bei einem anderen Lehrer mache?	231
657. Wenn ich noch nie Energie gefühlt habe, ist es dann sinnvoll, weiter zu machen?	231
658. ‚Hebe‘ ich nun ab?	231

B. Unterschiede zum 2. Grad	232
659. Empfange ich nun stärkere universale Energie?	232
660. Können die Behandlungen nun kürzer ausfallen?	232
661. Werde ich die universale Energie nun besser fühlen oder nicht?	232
662. Wird sich jetzt meine Spiritualität stärker entwickeln?	232
663. Bekomme ich jetzt größere spirituelle Fähigkeiten?	232
664. Wie merke ich, dass sich spirituell etwas verändert hat?	232
665. Beseitige ich jetzt andere Blockaden?	233
C. Der Unterschied zwischen dem 3. Grad A und dem 3. Grad B	234
666. Was ist der Unterschied zwischen dem 3. Grad A und dem 3. Grad B?	234
667. Bin ich nach dem 3. Grad A dann kein ‚erleuchteter‘ Meister?	234
668. Darf ich mich Meister oder Lehrer nennen, wenn ich den 3. Grad A erreicht habe?	234
669. Warum kann man den 3. Grad in A und B teilen?	235
670. Untergliedert jeder Lehrer den 3. Grad in A und B?	235
671. Kann ich mit dem 3. Grad A andere Menschen einstimmen?	235
672. Wo liegt der Unterschied in der Einstimmung im 3. Grad A und B?	235
673. Können der 3. Grad A und B zeitgleich gemacht werden?	235
D. Der Reiki-Kurs zum 3. Grad A	236
674. Was geschieht während eines Reiki-Kurses zum 3. Grad A?	236
675. Warum ist die Herangehensweise in einem Kurs zum 3. Grad A so anders?	236
676. Ist ein Kurs spiritueller, weil auf der spirituellen Ebene gearbeitet wird?	236
677. Wird der Reiki-Kurs zum 3. Grad A immer im Gruppenunterricht abgehalten?	236
678. Bekomme ich nun wieder eine Einstimmung?	237
679. Wenn ich nach dem Kurs zum 3. Grad A noch immer nichts spüre, bin ich dann vielleicht nicht richtig eingestimmt worden?	237
680. Darf ich das Symbol mit nach Hause nehmen?	237
681. Bekomme ich schriftliche Unterlagen?	237
682. Ist es korrekt, wenn ich kein Zertifikat nach dem Kurs zum 3. Grad erhalten habe?	237
E. Das Reiki-Symbol	238
683. Welches Symbol hat der 3. Grad?	238
684. Wie lautet das Mantra zum 3. Grad?	238
685. Was bewirkt das Symbol?	238
686. Wie wird das Symbol verwendet?	238
687. Lernt jeder dasselbe Symbol?	239
688. Stimmt es, dass das DKM immer in seiner Gesamtheit mitgegeben werden muss?	239
689. Ist das Symbol des 3. Grad A dasselbe wie des 3. Grad B?	239
690. Was, wenn ich bei 3. Grad A kein Symbol mitbekommen habe?	239
691. Hat eine Einstimmung überhaupt Sinn, wenn ich kein Symbol mitbekomme?	240
F. Arbeiten mit den Symbolen	241
692. Wie arbeite ich mit dem Meister-Symbol?	241
693. Wie arbeite ich mit dem dreiteiligen DKM-Symbol?	241
694. Wie wirkt das Symbol bei der Übertragung von Energie auf andere?	241
695. Darf ich das Symbol jederzeit verwenden?	241

696. Wie weiß ich, wann ich das Symbol anwenden muss und wann nicht?	241
697. Besteht nicht die Gefahr, dass ich zu viel Energie an jemanden abgebe?	242
698. Behandle ich nun immer noch auch mit den Techniken des 1. und 2. Grades?	242
699. Kann ich die Techniken des 3. Grades als eine Art Therapie nutzen?	242
700. Funktioniert das Symbol auch, wenn ich spirituell noch nicht so weit entwickelt bin? ...	242
701. Stimmt es, dass man das Symbol besser nicht anwenden sollte, wenn man sich nicht wohl fühlt?	242
702. Kann ich mit dem Symbol meditieren?	243
Bücher zum 3. Grad A	243
703. Muss ich für den 3. Grad A bestimmte Bücher lesen?	243
704. Welche Bücher werden u. a. für den 3. Grad A empfohlen?	243
 G. Der Reiki-Kurs 3 B	245
705. Was beinhaltet der 3. Grad B?	245
706. Muss ich erst den 3. Grad A gemacht haben?	245
707. Wie viel Zeit muss zwischen dem 3. Grad A und dem 3. Grad B vergehen?	245
708. Wie lange dauert die Ausbildung?	245
709. Ist ein Ausbildung, die ein Jahr dauert besser als eine, die nur einen Tag dauert?	245
710. Was sollte ein Kurs zum 3. Grad B wenigstens beinhalten?	246
711. Kann jeder Lehrer werden?	246
712. Kann ich auch Lehrer werden, wenn ich nicht mit Gruppen arbeiten möchte?	247
713. Warum ist es wichtig, die Essenz der Energie verstanden zu haben, bevor ich Lehrer werde? ..	247
714. Was, wenn mein Lehrer mich nicht zum Lehrer ausbilden will?	247
715. Bin ich für alle Zeit mit dem Lehrer verbunden, der mich zum Lehrer ausgebildet hat? ...	247
716. Wann muss ich die Kursgebühren bezahlen?	248
717. Muss ich für das Praktikum eine Gebühr bezahlen?	248
718. Muss ich für ein Praktikum bei einem anderen Lehrer bezahlen?	248
719. Werde ich auch in der Anatomie des Menschen ausgebildet?	248
720. Werden mir auch medizinische Kenntnisse vermittelt?	248
721. Kann ich der Reiki Alliance oder dem Reiki Verband Deutschland beitreten?	248
722. Kann ich auch anderen Vereinigungen beitreten?	248
 H. Wenn du Reiki-Lehrer bist	249
Vor einem Kurs	249
723. Wie komme ich an Kursteilnehmer?	249
724. Ist es sinnvoll, einen Informationsabend anzubieten?	249
725. Muss ich mit jedem potentiellen Kursteilnehmer ein Vorgespräch führen?	249
726. Kann ich jemandem eine Option auf einen Kursplatz anbieten?	250
727. Ist es sinnvoll, Bestätigungsbriefe zu verschicken?	250
728. Wie verhalte ich mich, wenn ein Interessent bisher von einem anderen Lehrer ausgebildet wurde?	250
729. Kann ich jemanden im 3. Grad B ausbilden, der den 3. Grad A bei einem anderen Lehrer gemacht hat?	251
730. Darf ich Bewerber für einen Kurs ablehnen?	251
731. Darf ich einen Interessenten, der sich in psychiatrischer Behandlung befindet, an meinem Kurs teilnehmen lassen?	251
732. Darf ich einen Suchtkranken in meinen Kurs aufnehmen?	251

733. Darf ich jemanden in meinen Kurs aufnehmen, der weiche Drogen (z.B. Haschisch) konsumiert?	252
734. Wie verhält es sich bei Interessenten, die sehr viele Medikamente nehmen (müssen)? ..	252
735. Wie verhalte ich mich gegenüber ernsthaft kranken Patienten?	252
736. Kann ich Kinder ausbilden?	252
737. Wie zieht ein Kurs für Kinder aus?	252
Der Kurs	253
738. Worauf muss ich achten, wenn ich ein Kursprogramm zusammenstelle?	253
739. Wie verhindere ich, dass mir der Kurs zeitlich aus den Händen gleitet?	253
740. Wie stelle ich ein Programm für einen Kurs zum 1. Grad zusammen?	254
741. Wie stelle ich ein Programm für den 2. Grad zusammen?	256
742. Wie stelle ich ein Programm für den 3. Grad A zusammen?	257
743. Wie stelle ich ein Programm für den 3. Grad B zusammen?	258
744. Was muss ich zu Beginn eines Kurses alles an organisatorischen Fragen klären?	259
745. Muss ich für einen Imbiss sorgen?	259
746. Muss ich Übernachtungsmöglichkeiten anbieten?	259
747. Wann ist der geeignete Moment für das Kassieren der Kursgebühr?	259
748. Was, wenn jemand das Geld für die Kursgebühren nicht bei sich hat?	259
749. Ist es besser eine Anzahlung bei der Anmeldung zu nehmen?	260
750. Kann ich auch für einen Kurs für Freunde Geld verlangen?	260
751. Muss ich auch eine Gruppenmeditation anbieten?	260
752. Ist es ratsam, im Kursablauf Reiki-Themen und Orakelsysteme abwechselnd zu behandeln?	261
Zur Vorgehensweise	261
753. Was muss ich mir beim Unterricht immer vor Augen halten?	261
754. Darf ich mein eigenes Wesen und meine persönlichen Überzeugungen in einem Kurs vertreten?	261
755. Kann ich den Reiki-Kurs auch mit Unterricht in anderen Themen kombinieren?	261
756. Kann ich meine Religion in einen Reiki-Kurs einbringen?	262
757. Inwieweit kann ich von dem, was ich gelernt habe, abweichen?	262
758. Warum sollte ich keine therapeutisch ausgerichteten Kurse geben?	262
759. Wie verdeutliche ich, dass mein Kurs keine Therapie ist?	263
760. Muss ich Kursteilnehmer in den 5 Reiki-Prinzipien ausbilden?	263
761. Muss ich selbst die Reiki-Prinzipien in meinem Leben anwenden?	263
762. Wie gehe ich mit medizinischen Fragen um?	263
763. Was mache ich mit jemandem, der in der Gruppe sehr emotional reagiert?	263
764. Was, wenn mich Kursteilnehmer anrufen, um mir ihre privaten Probleme zu schildern?	263
765. Was antworte ich, wenn Kursteilnehmer nach meinen persönlichen Wahrnehmungen fragen?	264
766. Wie verhalte ich mich in Diskussionen?	264
767. Wie gehe ich mit Widerstand und Zweifeln um?	264
768. Was tue ich mit Teilnehmern, die versuchen meinen Unterricht zu sprengen?	265
769. Was mache ich, wenn jemand die Atmosphäre im Kurs zu vergiften droht?	265
770. Wie gehe ich damit um, wenn mich ein Kursteilnehmer ‚bewundert‘?	265
771. Was, wenn mich jemand auf einen Thron setzt?	265
Die Einstimmungen	266
772. Wie bereite ich die Kursteilnehmer auf die Einstimmungen vor?	266

773. Wie viel Zeit muss zwischen den einzelnen Einstimmungen vergehen?	266
774. Muss ich die Einstimmungen auswendig können?	266
775. Muss während der Einstimmungen jeglicher Schmuck abgelegt werden?	266
776. Warum sollen die Kursteilnehmer bei der Einstimmung gut geerdet sein?	266
777. Was tue ich, wenn der Einzustimmende während der Einstimmung Probleme mit dem Nacken bekommt?	267
778. Muss ich die Symbole in beide Hände zeichnen?	267
779. Was mache ich bei Menschen, die eine gelähmte Hand oder einen gelähmten Arm haben?	267
780. Muss ich die Einstimmungen nach Diana Stein machen?	267
781. Kann ich einstimmen, während die Gruppe behandelt?	268
782. Kann ich alle Einstimmungen des 1. Grades auf einmal geben?	268
783. Was ist ein Blessing (Segen)?	268
784. Wie oft darf ich einen Blessing (Segen) geben?	268
785. Kann ich jemanden auf Entfernung einstimmen?	268
Die Behandlungen	269
786. Wie organisiere ich eine Behandlung im Liegen mit der Gruppe?	269
787. Wie lange dauern solche Gruppenbehandlungen?	269
788. Worauf muss ich bei einer Gruppenbehandlung achten?	269
789. Was mache ich, wenn die Gruppe doch plötzlich zu schwatzen beginnt?	270
790. Wie kann ich eine Chakra-Behandlung auf dem Rücken durch eine Gruppe machen lassen?	271
791. Brauche ich mehr als eine Behandlungsliege?	271
792. Wie organisiere ich eine (Chakra-)Behandlung im Sitzen in der Gruppe?	271
793. Wie organisiere ich eine Entfernungsbehandlung in der Gruppe?	271
794. Wie organisiere ich eine mentale Behandlung in der Gruppe?	272
795. Was mache ich mit jemandem, der nicht mitmachen will?	272
Nach einem Kurs	272
796. Muss ich Nachtreffen organisieren?	272
797. Darf ich für solche Treffen Geld verlangen?	273
798. Darf ich für eine Auffrischungs-Einstimmung Geld verlangen?	273
799. Muss ich nach einem Kurs für die Teilnehmer jederzeit für Fragen ansprechbar sein? ...	273
800. Bin ich zur ‚Nachsorge‘ verpflichtet?	273
Verschiedene Themen	273
801. Kann ich jemandem gleichzeitig in zwei Grade einstimmen?	273
802. Was tue ich, wenn mir Unbekannte einen Auffrischkurs bei mir machen wollen? ...	274
803. Was tue ich gegen Konkurrenzdenken und ‚Futterneid‘ anderer Lehrer?	274
804. Wie gehe ich mit Menschen um, die mit meiner Arbeitsweise nicht eins sind?	274
805. Muss ich nach meinem Kurs zum 3. Grad B weitere Aufbaukurse machen?	274
Wenn du bereits bist, Lehrer auszubilden	275
806. Was muss ich tun, wenn jemand von mir zum Lehrer ausgebildet werden möchte?	275
807. Darf ich jemanden ablehnen, der eine Lehrer-Ausbildung bei mir machen will?	275
808. Kann ich mehrere Lehrer zugleich ausbilden?	275
809. Wer bildet eigentlich wen aus?	275
810. Welche Bücher kann ich angehenden Lehrern zur Lektüre empfehlen?	276
811. Was lasse ich einen Praktikanten arbeiten?	276
812. Wann muss ich die Gebühren bezahlen lassen?	276

813. Wie verhalte ich mich, wenn jemand mittendrin die Ausbildung abbricht?	277
814. Kann ich selbst auch mittendrin eine Ausbildung abbrechen?	277
815. Muss ich Nach- oder Auffrischungstreffen für von mir ausgebildete Lehrer organisieren?	277
816. Muss ich mit den von mir ausgebildeten Lehrern in Kontakt bleiben?	277
817. Muss jeder die Chance bekommen, Reiki-Lehrer zu werden?	277

Teil IV: Sonstige Informationen

A. Literatur (nach Themen)	280
Reiki-Bücher	280
Chakren und Aura	285
Sonstige	287
Affirmationen und Visualisieren	287
Meditation	288
Spiritualität	288
Inneres Wachstum	289
Intuition	290
Östliche Weisheit	290
B. Reiki-CDs	291
Reiki-CDs mit Klingelton alle 3 Minuten	292
Chakra-Reise CD	292
C. Internetseiten	293
D. Stichwortverzeichnis	296



Einleitung

靈氣

Vorwort

Als ich zum ersten Mal, über meine Freundin, mit Reiki in Berührung kam, reagierte ich sehr skeptisch. Und das ist noch euphemistisch ausgedrückt. Tatsächlich konnte ich damit überhaupt nichts anfangen, Reiki reizte mich nicht im Geringsten.

Die legendären, damals ironisch gemeinten Worte, die ich am späteren Abend, nach dem Besuch bei meiner Freundin, zu meinem Mann sagte, habe ich bis heute nicht vergessen:

SIE HAT DAS LICHT GESEHEN.

Denselben Widerstand, denselben Unglauben sehe ich heute bei vielen Menschen, die zum ersten Mal von Reiki hören oder jemanden in ihrer Umgebung kennen, der eben einen Reiki-Kurs absolviert hat.

Auch bei meinen Kursteilnehmern bin ich in den vergangenen Jahren immer wieder auf großen Widerstand und Zweifel gestoßen. Die Erfahrung hat mich gelehrt, mit dieser Tatsache umzugehen, denn ich selbst hatte sie ja durchlebt, als ich meinen ersten Reiki-Kurs belegte. Damals war auch mir nicht ganz wohl dabei, schließlich wusste ich nicht, was mich erwartete.

1994 belegte ich als allerersten Kurs auf alternativem Gebiet einen Reiki-Kurs – seither haben mich das Thema Energie und die Methode des Reiki nicht mehr losgelassen. Ich habe Reiki intensiv studiert und viele Kurse darin gegeben. Und natürlich ist Reiki ein ganz wesentlicher Bestandteil meines täglichen Lebens.

Ich entdeckte, wie simpel Reiki ist und wie einfach anzuwenden. Und ich entdeckte, dass es auf dem esoterischen bzw. alternativen Gebiet eine ganze Menge überflüssigen Schnickschnack gibt. Die Erfahrung, dass das Wesen der universalen Energie alle Ebenen des Lebens berührt und dass dafür keine außergewöhnlichen Begabungen nötig sind, ist atemberaubend!

Fall du vorhast, einen Reiki-Kurs zu besuchen und du, ebenso wie ich, ein skeptischer und kritischer Mensch bist, dann suche dir einen Lehrer, der Erfahrung im Umgang mit Zweiflern hat. Man kann nämlich nicht mit Worten allein jemanden von der Wirksamkeit des Reiki überzeugen. Die eigenen Erfahrungen mit Reiki sind es, die überzeugen und nicht die Lehrer oder die Reiki-Behandler, auch wenn sie ihr Bestes tun.

Ich bin nun schon mehr als 10 Jahre in der Welt des Reiki zu Hause und mein anfänglicher Widerstand dagegen ist völlig verschwunden. Reiki ist eine wunderbare Methode, mit Energie zu arbeiten! Einfach durch Aufnahme von Energie aus dem universalen Energiefeld, fast wie eine tägliche Mahlzeit für dein Energiesystem, erhöhst du die Selbstheilungskräfte sowohl auf körperlicher als auch auf geistiger Ebene.



Der Einfluss, den Reiki auf mein Leben gehabt hat und noch immer hat, ist groß. Für mich persönlich war Reiki die wichtigste Entdeckung, der wichtigste Schritt in meinem Leben (und ich habe viele wichtige Schritte machen und Entschlüsse treffen müssen). Reiki ist zu einer täglichen, lebensnotwendigen Stütze meines Lebens geworden, das so voller Einschränkungen war. Reiki hat mir Kraft gegeben und die hat wiederum dafür gesorgt, dass mein inneres Glück nicht mehr von äußeren Faktoren oder anderen Personen abhängt.

Die Möglichkeit, Energie aus dem universalen Energiefeld aufzunehmen, wünsche ich jedem. Ob du das nun mit Hilfe von Reiki tust oder dazu einen anderen Weg nutzt, ist nicht wichtig. Reiki ist aber ein sehr einfacher Weg, in Verbindung zum universalen Energiefeld zu gelangen. Reiki öffnet eine Tür, die du dann selbst weiter aufstoßen kannst.

Es liegt an dir, was du mit Reiki tust (oder ob du überhaupt etwas damit tust), wie es auch an dir liegt, was du mit diesem Buch tust. Ich wünsche dir jedenfalls viel Vergnügen beim Lesen und ich hoffe von Herzen, dass ich dir mit diesem Buch weiterhelfen kann. Auch wenn wir unterschiedliche Meinungen oder Überzeugungen haben, wir sprechen doch alle über dasselbe:

ENERGIE

Els Valkenburg-Walsteijn

Die Autorin hat sich für die ER-Form entschieden, nicht weil es ihre persönliche Vorliebe wäre, sondern weil viele Menschen diese Form als neutrale Anrede empfinden. Überall wo die Worte ER, LEHRER, usw. stehen, gelten sie natürlich genauso für die weibliche Form SIE, LEHRERIN usw.

Was sind die Ziele dieses Buches?

1. Vor allem ist es mein Ziel, meine Kenntnisse über Reiki als solches zu vermitteln, das bedeutet, Reiki ganz bodenständig wieder zu dem zu machen, was es ist: eine ganz gewöhnliche Methodik, die ganz alltäglich zum Leben dazugehört. Ebenso wie du täglich trinkst und isst, kannst du Energie aus dem universalen Energiefeld zur Unterstützung deines eigenen Energiesystems auftanken. Es geht dir dann einfach besser und du bist besser für jede körperliche oder geistige Situation im Leben gerüstet.
2. In zweiter Linie möchte ich Reiki von bestimmten Missständen und allerlei Firlefanz befreien, der sich im Laufe der Zeit darum herum entwickelt hat. Meine Erfahrungen auf diesem Gebiet möchte ich gerne mit dir teilen.

Warum diese Ziele?

Weil du keine übersinnliche, spirituelle oder glaubensabhängige Initiation brauchst, um Reiki anzuwenden. Es ist vielmehr dein Geburtsrecht, Energie als Unterstützung für deine inneren Prozesse aufzunehmen, welche das auch immer sein mögen. Du kannst Reiki so anwenden und in dein Leben integrieren, wie es sich für dich gut anfühlt, solange du dabei ein paar medizinische Aspekte berücksichtigst, die in diesem Buch auch angesprochen werden.

Und weil vielfach Reiki zu etwas hochstilisiert wird, was es in meinen Augen nicht ist. Meine persönliche Erfahrung mit Reiki und die Art und Weise, wie ich Reiki betrachte, haben die Linie, das Schreiben dieses Buches bestimmt. Du brauchst mit meiner Sichtweise nicht überein zu stimmen. Folge mir, so weit du willst und hole dir aus diesem Buch dasjenige heraus, was du gebrauchen kannst. Vielleicht empfindest du dieses Buch auch als ein Aufatmen nach langer Zeit der Distanzierung wegen all des Brimboriums, das um Reiki vielfach gemacht wird. Viele Kursteilnehmer waren erleichtert, nachdem sie meinen Unterrichtsstil und meine Art, Reiki zu lehren, kennen gelernt hatten.

Dieses alles ohne aus den Augen zu verlieren, dass etwas Besonderes und ungeheuer Kraftvolles anwesend ist, etwas, das wir nicht mit bloßem Auge sehen können, aber das doch mit Hilfe naturwissenschaftlicher Methoden gemessen werden kann. Etwas, das nie versiegend um uns ist, vielfältig und sicher genutzt werden kann und seit Jahrhunderten einen Namen trägt:

UNIVERSALE ENERGIE

Teil I

靈
Theorie
氣

A. Was ist Energie?

1. Was ist Energie?

Energie ist eine überall anwesende universale Kraft, die sich in vielen Formen und Schwingungen manifestiert. Energie ist Schwingung, immer und überall vorhanden, nie stabil, aber stark beeinflussbar. Diese Energie durchdringt alles auf Erden, also auch den Menschen. Man nennt sie auch Lebenskraft.

Wenn man Atome und Moleküle hinter sich lässt, bis zum absoluten Nullpunkt geht, wo augenscheinlich nichts mehr ist, dann ist dort immer noch messbare Energie, wie Naturwissenschaftler festgestellt haben.

2. Was ist das universale Energiefeld?

Energie ist überall vorhanden und verbindet alles miteinander. Eigentlich ist Energie darum ein großes Feld. In der Wissenschaft bezeichnet man das universale Energiefeld als *Zero Point Field*.

Das universale Energiefeld ist derart beeinflussbar, dass selbst die Ergebnisse wissenschaftlicher Tests zur Erforschung von Energie immer wieder anders ausfielen, weil die jeweils ausführenden Personen offensichtlich das universale Energiefeld je anders beeinflussten. Die Experimente zeigten, dass allein schon durch Zuwendung bestimmte Teilchen plötzlich sichtbar wurden. Energie reagiert also deutlich auf Zuwendung!

Zum Thema des *Zero Point Field* wurden einige sehr interessante Versuche durchgeführt. Mehr darüber findest du in dem Buch *Das Nullpunkt-Feld* von Lynne McTaggart (siehe *Teil IV: Sonstige Informationen*; dort findest du noch mehr wissenschaftliche Literatur).

3. Welche Bezeichnungen gibt es für die universale Energie?

Es gibt eine ganze Reihe Bezeichnungen für ein und dieselbe Energie. Hier einige Beispiele: Ki, Chi, Prana, Licht, Urkraft, kosmische Energie, göttliche Kraft, universelle Lebenskraft, Lebensenergie, Strahlen usw. In diesem Buch soll ausschließlich das Wort Energie bzw. universale Energie verwendet werden.

4. Woher kommt die universale Energie?

Wir wissen, dass ein unerschöpfliches universales Energiefeld existiert, welches allüberall gegenwärtig (universal) ist. Der Ursprung von Energie wird noch heute intensiv von Wissenschaftlern gesucht. Die Forschungen fokussieren sich auf unser Weltall, das ganze Universum und den Urknall, aus dem alles entstanden sein soll.

5. Was ist ein Energiesystem?

Ein Energiesystem ist ein System, welches aus einem ganzen Netzwerk von Energiebahnen und Energiepunkten besteht. Es sorgt dafür, dass die Energie dorthin transportiert werden

kann, wo sie gerade benötigt wird. Das Energiesystem ist umgeben von einer Aura, die in direkter Verbindung mit dem universalen Energiefeld steht (siehe *Kapitel H. Teil I Theorie*).

6. Wie kann universale Energie sich fortbewegen?

Die Energiepunkte, auch Chakren genannt (Chakra bedeutet Rad), funktionieren wie ein Räderwerk (Zahnräder). Die Energiepunkte sorgen dafür, dass die Energie zügig durch die Energiebahnen strömt (siehe *Kapitel H. Teil I Theorie*).

7. Ist ein Energiesystem sichtbar?

Ein Energiesystem ist ebenso wenig sichtbar wie das universale Energiefeld selbst. Wenn man einen Menschen aufschneiden würde, fände man alles Mögliche, nur kein mit bloßem Auge sichtbares Energiesystem. Das hat damit zu tun, dass Energie keine feste Materie ist. Man kann es mit der Elektrizität vergleichen, die auch nicht sichtbar ist, aber sehr wohl messbar, ebenso wie die Energie, von der wir hier sprechen.

8. Warum können wir diese Energie nicht sehen?

Bis heute sind wir nicht in der Lage, Energie mit dem bloßen Auge zu sehen. Allerdings verfügt die Wissenschaft schon seit geraumer Zeit über Kameras, welche die Ausstrahlung von Energie fest halten können. Diese Art der Energiefotografie nennt man auch *Kirlian-Fotografie*.

Bakterien beispielsweise konnte man früher nicht sehen und man konnte sich ihre Existenz kaum vorstellen. Das hat sich mit der Erfindung des Mikroskops geändert. Mit den allerneuesten Mikroskopen öffnet sich der Blick in ganz neue Mikro-Welten. Auch bezüglich der Sichtbarmachung von Energie wird die Zukunft noch Einiges an technischen Hilfsmitteln bringen.

Beispiele für Kirlian-Fotografie kannst du dir im Internet etwa unter folgenden Adressen ansehen:

- ▷ www.Reiki-4-all.com/kirlian.html
- ▷ www.kirlian.org
- ▷ www.kirlian.com
- ▷ www.synergy-co.com/pages/kirlianphotos.html

Oder gib einfach in einer Suchmaschine (z. B. www.google.de) die Stichworte *Kirlian-Fotografie*, *Kirlian pictures* oder *Kirlianfotos* ein.

9. Wofür brauchen wir universale Energie?

Alles was lebt – Pflanzen, Tiere und Menschen – braucht Energie, um leben zu können, um zu wachsen und von Krankheiten zu genesen. Diese Energie ist überall um uns herum und ist unbegrenzt. Indem du aus dem universalen Energiefeld Energie aufnimmst, gibst du deinem Körper zusätzliche Kraft. Und das hat wiederum eine Auswirkung auf das Funktionieren der Wechselbeziehung von Körper und Geist.

10. Welches sind die Folgen eines nicht einwandfrei funktionierenden Energiesystems?

Wenn irgendwo in deinem Energiesystem ein Rädchen (Energiepunkt) nicht richtig funktioniert, dann hat das Folgen für das Funktionieren des Energiesystems als solches und die gesamte Körper-Geist-Funktion. Ein nicht einwandfrei arbeitendes Energiesystem zeigt also Folgen auf körperlicher und geistiger Ebene. Wenn nicht genügend Energie aus dem universalen Energiefeld aufgenommen werden kann, ist es für dein Energiesystem schwierig, das Gleichgewicht wieder herzustellen und zu funktionieren, wie es soll.

11. Was ist und was bewirkt ein Ungleichgewicht?

Ungleichgewicht bedeutet, dass etwas nicht ausbalanciert ist. Irgendwo ist zu viel Energie, irgendwo anders zu wenig, was eine Auswirkung auf das ganze System hat.

Ein Zuviel an Energie kann beispielsweise in deinem Kopf entstehen, wenn du sehr Kopf gesteuert bist, viel denkst und rationalisierst, gleichzeitig aber dein Körpergefühl und deine Emotionen vernachlässigst. In dem Bereich herrscht dann ein Mangel. Wenn du zu viel in dich hineinfrisst (im übertragenen wie im wörtlichen Sinne), dann können Magenprobleme auftreten: ein energetisches Ungleichgewicht des Nabel- oder Magenchakras.

Dass Gefühle sich auf den Körper auswirken (Wechselwirkung Körper-Geist), wissen wir seit langem. Dass aber auch das Energiesystem davon betroffen ist, sehen die wenigsten. Ungleichgewicht, Disharmonie ist die Ursache für Krankheiten. Bevor sich eine Erkrankung ausbildet, gehen immer Phasen der Unausgeglichenheit voraus, ob nun auf energetischen Niveau oder auf der physischen Zellebene.

12. Was behindert unseren Kontakt mit dem universalen Energiefeld?

Die Ursachen für unsere mangelnde Verbindung mit dem universalen Energiefeld finden wir in unserer Kultur, unserer Erziehung und unserer Religion. Es ist noch nicht so lange her, dass Menschen als Hexen verfolgt wurden. Zahllose Frauen und Männer fanden den Tod auf dem Scheiterhaufen, weil sie die Fähigkeit hatten, von dem Gebrauch zu machen, was die Natur zu bieten hat. Viele von ihnen waren sich der Energie, des Energiefeldes und seiner Wirkung auf die Gesundheit bewusst. Diese Fähigkeit, die jeder Mensch in sich trägt, wurde damals als Hexerei abgetan und musste mit dem Tod gebüßt werden. Ein eindringliches Signal für alle, sich diese Fähigkeit lieber nicht bewusst zu machen.

Die Angst davor scheint noch heute in unseren Knochen zu sitzen. Noch heute dürfen in manchen Gesellschaften diese Fähigkeiten nicht öffentlich bekannt werden, ohne dass derjenige ausgestoßen oder misstrauisch beäugt würde. Bis heute werden natürliche Erfahrungen wie die Verbindung mit dem umgebenden universalen Energiefeld als etwas Unsinniges oder sogar Böses abgetan. In der Folge werden viele Menschen schon früh in der Entwicklung ihrer diesbezüglichen Fähigkeiten behindert. Und das kommt dem Vermögen, Energie aufzunehmen nicht gerade entgegen.